

青草湖國小附設幼兒園5月菜單

日期	星期	早點	午餐						午點
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品		
5月2日	一	古早味湯麵 白油麵,高麗菜,肉絲,紅蘿蔔,生木耳	芝麻飯	花椰雞丁 帶骨胸丁,青花菜,玉米筍	紅娘炒蛋 洗選蛋,紅蘿蔔	應青	玉米海根湯 玉米粒,海帶根		水果+冬瓜仙草蜜 仙草凍,冬瓜磚,全白QQ
5月3日	二	香蒸地瓜*1 冰心地瓜	糙米飯	沙茶豬柳 豬柳,高麗菜,紅蘿蔔,沙茶醬	木須蒲瓜 蒲瓜,木耳	應青	白玉黑輪湯 白蘿蔔,黑輪		水果+貢丸湯 貢丸*1,乾海芽,芹菜
5月4日	三	素乾板條 板條,麵腸,豆芽菜,香菇	鳳梨咖哩炒飯+炒青菜+大瓜鮑菇湯 豆干丁,洗選蛋,洋蔥,三色丁,鳳梨,咖哩粉+應青+大黃瓜,鮑菇					水果	紅豆麵包+鮮乳
5月5日	四	慶生蛋糕	小米飯	金菇燒肉 肉片,洋蔥,金針菇,毛豆	小魚南瓜 南瓜,小魚干	應青	牛蒡凍腐湯 牛蒡,凍豆腐		水果+蘿蔔糕湯 蘿蔔糕,小白菜,生木耳
5月6日	五	皮蛋瘦肉粥 皮蛋,絞肉,青江菜	客家炒米粉+麥克雞塊+應青+筍片排骨湯 乾細米粉,肉絲,紅蘿蔔,豆芽菜,生香菇,韭菜+麥克雞塊*2+應青+筍片,排骨					水果	杯子蛋糕+鮮乳
5月9日	一	肉絲炒麵 黃油麵,肉絲,紅蘿蔔,香菇,青江菜	海苔飯	蔥爆雞丁 帶骨胸丁,洋蔥,紅蘿蔔,蔥	涼薯炒蛋 洗選蛋,涼薯	應青	高麗肉絲湯 高麗菜,肉絲		水果+蔥抓餅(2人1份)
5月10日	二	紫菜蛋花湯餃 水餃*3,紫菜,洗選蛋,鮑菇	糙米飯	冬瓜蒸肉 絞肉,冬瓜,碎干丁	開陽白菜滷 大白菜,生木耳,蝦米	應青	蕃茄羊芋湯 蕃茄,馬鈴薯		水果+紫米紅豆粥 紫米,紅豆
5月11日	三	芋泥包+麥茶	玉米蛋炒飯+應青+蒲瓜片絲湯 麵腸,玉米粒,洗選蛋,洋蔥,紅蘿蔔+應青+蒲瓜,油片絲					水果	克林姆麵包+鮮乳
5月12日	四	南瓜肉末粥 南瓜,高麗菜,香菇,絞肉	麥片飯	腐乳雞丁 帶骨胸丁,凍豆腐,金針菇,豆腐乳	塔香海根 海帶根,紅蘿蔔,九層塔	應青	絲瓜冬粉湯 絲瓜,冬粉,枸杞		水果+香蒸蘿蔔糕*1
5月13日	五	全麥吐司夾蛋 全麥吐司*2,洗選蛋	日式炒烏龍+蒲燒鯛魚+應青+味噌湯 烏龍麵,肉絲,洋蔥,生木耳,紅蘿蔔,魚板+蒲燒鯛魚+應青+味噌,豆腐,洋蔥					水果	桂圓蛋糕+鮮乳
5月16日	一	銅鑼燒+桂圓茶	燕麥飯	奶香南瓜雞 帶骨胸丁,南瓜,毛豆,奶水	海芽蒸蛋 洗選蛋,乾海芽	應青	鮮茄蔬菜湯 蕃茄,大白菜,洋蔥		水果+燒賣*2
5月17日	二	冬瓜雞湯 紅棗,帶骨胸丁,冬瓜,百頁豆腐,鮑菇	紫米飯	肉骨茶燜肉 肉角,白蘿蔔,香菇,肉骨茶包	芽菜甜條 綠豆芽,甜不辣,韭菜	應青	玉米排骨湯 玉米結,排骨丁		水果+花生豆花甜湯 熟花生,盒裝豆花
5月18日	三	當歸麵線湯 蚵麵線,凍豆腐,金針菇,高麗菜,當歸	地瓜什錦炊飯+應青+紫菜豆腐湯 生豆包,地瓜,紅蘿蔔,洋蔥,生木耳+應青+紫菜,豆腐					水果	黑糖餐包+鮮乳
5月19日	四	時蔬炒疙瘩 麵疙瘩,肉絲,小白菜,洋蔥,生木耳	糙米飯	三杯雞 帶骨胸丁,洋蔥,米血,九層塔	白花秀菇 白花菜,秀珍菇,紅蘿蔔	應青	馬鈴薯肉片湯 馬鈴薯,肉片		水果+香煎蛋餅(2人1份) 蛋餅皮,洗選蛋
5月20日	五	絲瓜肉末粥 絲瓜,絞肉,鮑菇,洗選蛋	紹子麵+香滷排骨+應青+青瓜大骨湯 白油麵,絞肉,洋蔥,蕃茄,洗選蛋,香菇+帶骨大排,滷包+應青+青木瓜,大骨					水果	菜包+鮮乳
5月23日	一	鍋貼*3	小米飯	紅燒雞 帶骨胸丁,白蘿蔔,紅蘿蔔	義式炒蛋 洗選蛋,甜椒,洋蔥,義大利香料	應青	冬瓜海帶湯 冬瓜,海帶		水果+柴香黑輪湯 柴魚片,黑輪,玉米結,凍豆腐
5月24日	二	湯米苔目 米苔目,肉絲,青江菜,生香菇	五穀飯	京醬肉柳 豬柳,小黃瓜,洋蔥,甜麵醬	螞蟻上樹 冬粉,絞肉,高麗菜	應青	豆薯排骨湯 豆薯,排骨丁		水果+珍珠丸子*2
5月25日	三	銀絲卷+紅棗茶	素茄汁螺旋麵+炒青菜+洋芋濃湯 螺旋麵,豆干丁,三色丁,洋蔥,青花菜,蕃茄,蕃茄醬+應青+洋芋,洋蔥,紅蘿蔔,洗選蛋,奶水					水果	波羅麵包+鮮乳
5月26日	四	家常滷味 白蘿蔔,甜不辣,海帶,豆干,滷包	糙米飯	蒜泥白肉 肉片,綠豆芽,蒜	黃瓜燴金菇 大黃瓜,金針菇,紅蘿蔔	應青	青菜蛋花湯 洗選蛋,青菜		水果+綠豆薏仁湯 綠豆,小薏仁
5月27日	五	蒲瓜鹹粥 蒲瓜,鮑菇,紅蘿蔔,肉絲	豬肉滑蛋燴飯+蔥燒翅腿+應青+如意三寶湯 肉片,洗選蛋,大白菜,紅蘿蔔,洋蔥+生鮮翅小腿*2,蔥+應青+黃豆芽,凍豆腐,木耳					水果	玉米脆片+鮮乳
5月30日	一	雞絲麵 雞絲麵,青江菜,鮑菇,油豆腐	麥片飯	日式肉片煮 肉片,馬鈴薯,玉米筍,紅蘿蔔,柴魚片	醬燒麵腸 麵腸,洋蔥,薑絲	應青	花椰肉絲湯 白花菜,肉絲		水果+黑糖地瓜湯 黑糖,地瓜
5月31日	二	廣東粥 洗選蛋,絞肉,高麗菜,三色丁	糙米飯	青木瓜燉雞 帶骨胸丁,青木瓜	香菇蒸蛋 洗選蛋,生香菇	應青	筍絲三絲湯 筍絲,生木耳,紅蘿蔔		水果+乾拌水餃*3